الصف الرابع الابتدائي ٢٠٢٣

مراجعة + بنك أسئلة

المتميز

أ/ محمود سعيد

مراجعة المتميز

المهارات المهنية

الفصل الدراسي الثاني

4 الصف الرابع

اعداد

أ / محمود سعيد أ / منى عزام



نسخة مجانية







بنك أسئلة المتميز في مادة «المهارات المهنية»

على مقررات الفصل الدراسي الثاني

السؤال الأول اختر الإجابة الصحيحة

١ احرص عند إعداد الشراب الصناعي على إضافة السكر عندما يكون الشراب ....

أ باردا ب دافئا جـ ساخنا

٢ يمكنك حماية عينيك أثناء مشروع طلاء غرفة من خلال ارتداء ....

أ قفازات مطاطية ب نظارات الأمان جـ قناع الغبار

٣ يحتوي الشراب الصناعي على كمية ....من العناصر الغذائية.

أ قليلة ب متوسطة جـ كبيرة

٤ من الأدوات التي يحتاج إليها النقاشون ....

أ الأزاميل ب فرش الطلاء جـ مفاتيح الربط

٥ الأواني المصنوعة من ....خفيفة الوزن وتدوم لفترات طويلة.

أ الألومنيوم ب البلاستيك جـ الإستانلس

٦ من خطوات الحفاظ على السلامة في حالة اندلاع حريق أثناء الطهي ....

أ استخدام غطاء المقلاة لإخماد النار ب استخدام طفاية الحريق جـ أ ، ب معاً

٧ أواني الطهي المصنوعة من.............تتفاعل مع الأطعمة الحمضية.

أ السيليكون ب الإستانلس جـ الألومنيوم

٨ إذا وضعت يدك المبللة على سلك غير معزول ستتعرض لـ..........................

أ حريق باليد ب الصعق الكهربي جـ لا شيء مما سبق

٩ يجب تجنُّب شراء الأدوات .... لأنها تذوب إذا تُركت في إناء ساخن.

أ البلاستيكية ب المعدنية جـ النحاسية

١٠ في حالة اندلاع حريق في المنزل يجب أن..........................

أ تُغلَق مفاتيح البوتاجاز ب تُستخدم طفاية الحريق جـ أ ، ب معاً

١١ يجب توجيه مقابض الأواني ....طرف البوتاجاز.

أ قريبا من ب بعيدا عن جـ بمحاذاة

١٢ في حالة إذا شممت رائحة غاز في المنزل يجب ....

أ الابتعاد عن الكهرباء — ب الانتظار في المنزل — جـ مغادرة المنزل والاتصال ١٢٩

١٣ يُستخدم الكريم المطهر في.....................

أ تثبيت الرباط — ب لف الالتواءات — جـ تطهير الجروح

١٤ لا تتفاعل الأواني المصنوعة من .... مع الأطعمة الحمضية.

أ الألومنيوم — ب النحاس — جـ الإستانلس

١٥ ليس من الآمن مساعدة الأشخاص المصابين بـ......................

أ حروق خطيرة — ب الخدوش البسيطة — جـ الجروح البسيطة

١٦ الأواني .... قد تكون سامة عند خدشها.

أ ذات الطلاء غير اللاصق — ب الإستانلس — جـ الألومنيوم

١٧ يمكن الحفاظ على الطعام في الثلاجة عند انقطاع التيار الكهربي لأيام عن طريق.....................

أ عدم فتح الثلاجة للحفاظ على برودة الطعام — ب إخراج الأطعمة لخارج الثلاجة — جـ إضافة بيكربونات الصوديوم للأطعمة

١٨ يتم إضافة مواد حافظة للشراب الصناعي؛ لحمايته من.....................

أ البكتيريا — ب السكريات — جـ الدهون

١٩ لإخماد الحريق الناتج عن الزيت يجب سكب .... لإخمادها.

أ الماء — ب بيكربونات الصوديوم — جـ الزيوت

٢٠ المشروبات ....غنية بالفيتامينات؛ لأنها تحتوي على الفاكهة .

أ الغازية — ب الصناعية — جـ الطبيعية

٢١ في حالة تسرُّب الغاز بالمنزل يجب ....

أ مغادرة المنزل فورًا — ب الاتصال بفريق الإطفاء — جـ الاتصال بالإسعاف

٢٢ من مميزات الملاعق .... أنها لا تجمع البكتيريا ولا تمتص الروائح.

أ البلاستيكية — ب الفولاذية — جـ الورقية

٢٣ يمكن أن تنشب حرائق الكهرباء بسبب ....

أ إيصال عدة أجهزة إلكترونية في مشترك واحد — ب عدم إصلاح الأسلاك التالفة بالمنزل — جـ أ ، ب معاً

٢٤ الضمادات اللاصقة تُستخدم لـ.....................

أ لف الالتواءات — ب تخفيف الآلام — جـ لمعالجة الجروح





٢٥ لتجنُّب وقوع حريق أثناء الطلاء يجب ....

أ تخزين الطلاء بعيدًا عن الحرارة ب ارتداء القفازات المطاطية ج وضع سلم الطلاء على سطح مستو

٢٦ في حالة إصابتك بلدغة حشرة يمكنك وضع .... على مكان الإصابة.

أ كريم علاج اللدغات ب كريم مطهر ج المقص

٢٧ من احتياطات السلامة التي يتخذها النقاشون أثناء الطلاء ....

أ استخدام سلم درجاته ودعاماته مثبتة جيدًا ب ارتداء القفازات المطاطية وقناع الغبار ج أ ، ب معاً

٢٨ إذا رأيت الدخان يتصاعد من إحدى شقق الجيران عليك الاتصال بـــ....................

أ فريق الإسعاف ب فريق الإطفاء ج طوارئ الغاز

٢٩ إحدى خطوات الحفاظ على السلامة في المنزل لتجنب وقوع المخاطر.....................

أ التأكد من غلق مفاتيح البوتاجاز ب إيصال أكثر من جهاز بمشترك واحد ج التعامل مع الكهرباء ويدك مبللة.

٣٠ أُولى خطوات طلاء غرفة بسلامة وأمان ....

أ تحديد مواد وأدوات الطلاء ب التأكد من غلق أوعية الطلاء ج ارتداء القفازات المطاطية

٣١ لمعالجة مشكلة لون الشراب الداكن عليك استخدام ....نظيف ومُصفى.

أ سكر ب ملح ج خل

٣٢ من مميزات المقلاة المصنوعة من الألومنيوم أن ....

أ ثمنها غال ب لونها واحد ج ثمنها رخيص

٣٣ نستخدم ....لقطع الملابس ومنعها من ملامسة الجروح.

أ الشريط اللاصق ب الرباط الطبي ج المقص

٣٤ يتم إقناع العملاء بمصداقية الإعلان عن طريق التسويق.........................

أ الشفهي ب الجيد ج المبتكر

٣٥ شرب ٨ أكواب من الماء يوميًّا يساعد على طرد .... من الجسم

أ الفيتامينات ب السموم ج الكربوهيدرات

٣٦ تساعد الإعلانات بشكل عام على.........................

أ نقل معلومات المنتج ب جذب عدد عملاء أكثر ج أ ، ب معًا

٣٧ الوجبات .... يتم تناولها عند الشعور بالجوع بين الوجبات.

أ الدهنية ب الغذائية ج الخفيفة

٣٨ يجب أن يفكر المصمم بنفس طريقة ....

أ) صاحب العمل ب) المستخدم ج) مجموعة التركيز

٣٩ .... من الاملاح المعدنية الضرورية للمحافظة على صحة العظام والأسنان.

أ) الكالسيوم ب) الفوسفور ج) الحديد

٤٠ من عناصر التصميم الحجم والتركيب و ....

أ) الصور ب) اللون ج) العلامة التجارية

٤١ فيتامين ....يوجد في البيض والسمك، ويساعد على تقوية النظر.

أ) B ب) A ج) C

٤٢ تعبر .... عن هوية الشركة.

أ) الرمز ب) الشعار ج) العلامة التجارية

٤٣ الوجبات............ تحتوي على كميات كبيرة من الدهون.

أ) المشوية ب) المسلوقة ج) السريعة

٤٤ يمكن صناعة الملابس من مصادر مضرة للبيئة مثل ....

أ) الأغنام ب) البترول ج) الكَتَّان

٤٥ كل مما يأتي من الأطعمة المناسبة للأطفال ما عدا..........

أ) الوجبات السريعة ب) الخضراوات ج) الحبوب الكاملة

٤٦ حديقة أنطونيادس من أقدم الحدائق في محافظة ....

أ) الإسكندرية ب) مرسى مطروح ج) الفيوم

٤٧ نسبة الفيتامينات في الوجبات السريعة ....

أ) مرتفعة ب) كثيفة ج) منخفضة

٤٨ كلا مما يلى من علامات فساد الفواكه والخضراوات ما عدا..........

أ) بقع داكنة ب) رائحة تخمر ج) متماسكة وطازجة

٤٩ كل مما يلي من الوجبات الخفيفة الصحية ما عدا ....

أ) الترمس ب) البليلة ج) البطاطس المقلية

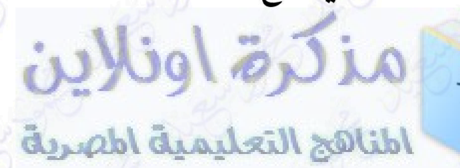
٥٠ السبب الرئيسي في فساد الطعام هو..........

أ) الخل ب) البكتريا والعفن ج) الماء

٥١ الطعام قد..........اذا تُرك لفترة طويلة داخل الثلاجة .

أ) يقل ب) ينضج ج) يتعفن





٥٢ يمكن إضافة القليل من .... لرفع القيمة الغذائية للطعام «المحشي».

أ الدهون ب الملح ج اللحم المفروم

٥٣ ان لم يتم حفظ الطعام جيدًا فقد يكون من ....تناوله .

أ الإيجابي ب الافضل ج الخطير

٥٤ لبناء الأنسجة وتجديد ما يتلف منها تحتاج أجسامنا إلى..........................

أ البروتينات ب الفيتامينات ج الدهون

٥٥ للحفاظ على الطعام أطول فترة ممكنة يُفضل تركه في..........................

أ الفرن ب الثلاجة ج المطبخ

٥٦ .... يوجد في اللحوم الحمراء، ويعتبر عنصرًا مهمًّ ا للدم .

أ الألياف ب الحديد ج الكالسيوم

٥٧ من الأمور الواجب مراعاتها عند تصميم الحدائق ....

أ الأشخاص المستفيدون ب أشكال وألوان أوراق النبات ج أ، ب معًا

٥٨ نحتاج إلى ....للحفاظ على صحة العظام والأسنان.

أ السموم ب الصوديوم ج الكالسيوم

٥٩ تتيح المتنزهات والحدائق مجالً لـ ....

أ المرح والتعلُّم ب تأمّل الطبيعة ج أ، ب معًا

٦٠ للبقاء في صحة جيدة تحتاج ممارسة الرياضة لمدة .... يوميا

أ ساعة ب ساعتين ج ثلاث ساعات

٦١ يُفضّل ارتداء الملابس المصنوعة من القطن؛ لأنها ....

أ رخيصة الثمن ب متينة ويمكن غسلها ج ثقيلة في الوزن

٦٢ يجب أن تحتوي الوجبة الغذائية المتوازنة على ....

أ الخضراوات ب الحبوب ج أ ، ب معًا

٦٣ .... الملابس يجعلها أكثر أناقة .

أ تخزين ب اتساخ ج كي

٦٤ من الصفات الواجب توافرها في الإعلان ....

أ المصداقية والقدرة على الإقناع ب يحتوي على جمل طويلة ج لا يبرز العلامة التجارية للشركة

٦٥ مصدر قماش الحرير ....

أ دودة القز ب الأغنام ج البترول



٦٦ من الأمور الواجب اتباعها لضمان حملة إعلانية ناجحة ....

أ المصداقية　ب القدرة على التنافس　ج أ ، ب معًا

٦٧ العلامات التجارية الناجحة تستخدم .... للتعبير عنها بشكل فعال.

أ الكلمات فقط　ب الرموز فقط　ج أ، ب معا

٦٨ من مبادئ التصميم الجيد أن يكون ....

أ معقدا　ب مشتتا　ج بسيطا

٦٩ قد لا يتضمن شعار الشركة الاسم الخاص بها اذا كان اسم الشركة ....

أ طويلا　ب صعبا　ج قصيرا

٧٠ قماش الصوف مصدره ....

أ دودة القز　ب الأغنام　ج البترول

٧١ مجموعة .... تقوم بتجربة المنتجات قبل عرضها في الأسواق.

أ الدعم　ب التركيز　ج البحث

٧٢ العناية بالملابس تساعد على توفير ....

أ المسحوق　ب المال　ج الكهرباء

٧٣ يُفضَّل تصميم المنتج بشكل يضمن إعادة استخدامه حتى لا يؤثر سلبيًّا على ....

أ السوق　ب الأسعار　ج كوكب الأرض

٧٤ كل مما يلي من إرشادات المحافظة على الطعام ما عدا ....

أ غسل الطعام　ب تنظيف الأسطح　ج ترك الطعام خارج الثلاجة

٧٥ التسويق .... يقوم به مجموعة من العملاء الذين جربوا المنتج واقتنعوا به.

أ الشفهي　ب بالعمولة　ج بالحملات الإعلانية

٧٦ تنمو الكائنات الدقيقة مثل البكتيريا والعفن في ظروف بيئية ....

أ متجمدة　ب دافئة رطبة　ج ساخنة جدا

٧٧ إعطاء معلومات خطأ في الإعلان يُعتبر من الأشياء غير ....

أ الفنية　ب القانونية　ج اللائقة

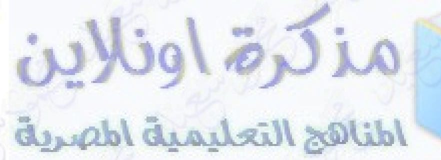
٧٨ يحتوي الترمس على نسبة عالية من ....

أ البروتين　ب الدهون　ج الاملاح

٧٩ الأطعمة............ تحتوي على كمية كبيرة من الفيتامينات والمعادن.

أ المقلية　ب الصحية　ج الفاسدة





٨٠ تتوفر .... بشكل طبيعي في الفواكه والعسل.
أ الألياف ب السكريات ج الاملاح المعدنية

٨١ كل مما يلي من الأغذية الصحية ما عدا ....
أ الفاكهة ب الخضراوات ج الأطعمة الدهنية

٨٢ .... هو عبارة عن رمز يُوضح للعملاء النشاط الذي تقوم به الشركة .
أ شعار الشركة ب العلامة التجارية ج عنوان الشركة

٨٣ شراء كمية أقل من الملابس يعني استخدام .... للموارد.
أ أكثر ب مضاعف ج أقل

٨٤ وجود الحدائق يساعد على ....
أ تنقية الهواء ب استمتاع الكبار والأطفال ج أ، ب معًا

٨٥ النباتات .... تنمو خلال عام فقط داخل الحدائق.
أ الحولية ب المعمرة ج الزينة

٨٦ يمكن استبدال الوجبات السريعة بوجبات خفيفة صحية مثل......................
أ البطاطس المقلية ب المشروبات الغازية ج الذرة المشوية

٨٧ تحتوي الوجبات السريعة على كميات كبيرة من......................
أ الفيتامينات ب المعادن ج الملح

٨٨ من أمثلة الأطعمة .... الوجبات التي تحتوي على قدر كبير من السكر والدهون.
أ المسلوقة ب غير الصحية ج المشوية

٨٩ يُعتبر الأرز والبطاطس من......................
أ الماء ب الفيتامينات ج النشويات

٩٠ تتغذى البكتيريا والعفن على .... والعناصر الغذائية الأخرى .
أ الدهون ب الاملاح ج السكريات

السؤال الثاني
ضع علامة (√) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (×) أمام العبارة الغير صحيحة

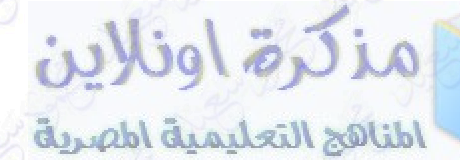
١ يتم إضافة المواد الحافظة للشراب الصناعي؛ لحمايته من العفن والبكتيريا. (   )
٢ يرتدي النقاش قفازات يد مطاطية لحماية عينيه أثناء الطلاء (   )
٣ الشراب الصناعي غني بالفيتامينات؛ لأنه يحتوي على الفاكهة. (   )
٤ من الأدوات اللازمة لطلاء الغرف فُرَش الطلاء وبكرة الدهان. (   )
٥ عند الطهي يجب أن تكون مقابض الأواني بعيدة عن طرف البوتاجاز. (   )

٦ أولى خطوات طلاء غرفة هو تحديد الأدوات والمواد الخاصة بالطلاء. ( )
٧ تتميَّز الأواني المصنوعة من الإستانلس بسعرها الرخيص. ( )
٨ في حالة اندلاع حريق كهربي يجب فصل التيار الكهربي عن المنزل مباشرة. ( )
٩ لا يُفضل استخدام الملاعق الفولاذية؛ لأنها معرضة للصدأ وتمتص الروائح. ( )
١٠ يمكننا إخماد الحرائق الناتجة عن الزيت بواسطة الماء. ( )
١١ من احتياطات السلامة تقطيع الطعام بعيدًا عن اليد. ( )
١٢ في حالة تسرُّب غاز لا يجب أن تضيء أي مصباح كهربي؛ لتجنب حدوث حريق. ( )
١٣ الإفراط في طهي الطعام يحافظ على عناصره الغذائية. ( )
١٤ تُستخدم الضمادات اللاصقة في معالجة الجروح والخدوش الصغيرة. ( )
١٥ يمكننا استخدام ميزان الحرارة للتحقق من أن الدجاج قد تم طهيه جيدًا. ( )
١٦ يُفضّل غسل اليدين جيدًا قبل قيامك بإعداد الطعام. ( )
١٧ استخدام الإسعافات الأولية في حالات الحروق والكسور أمر ضروري. ( )
١٨ من مميزات الملاعق السيليكون أنها لا تخدش الأواني ( )
١٩ من الممكن استخدام الرباط الطبي في لف الالتواءات وتثبيتها. ( )
٢٠ من عيوب المقلاة المصنوعة من الألومنيوم تفاعلها مع الأطعمة الحمضية. ( )
٢١ من خطوات السلامة التأكد من إغلاق مفاتيح البوتاجاز بعد انتهاء الطهي. ( )
٢٢ من عيوب الأواني ذات الطلاء غير اللاصق أنها قد تكون سامة عند الخدش. ( )
٢٣ يجب الابتعاد عن أسلاك الكهرباء عندما تكون اليد مبتلة حتى لا نتعرض للصعق الكهربي. ( )
٢٤ يُفضل استعمال الأواني ذات الطلاء غير اللاصق حتى لا يلتصق الطعام بها. ( )
٢٥ لون طلاء الغرف لا يُشكل فرقًا كبيرًا في شكل الغرفة. ( )
٢٦ عند إعداد العصير يُفضل إضافة السكر إلى السائل عندما يكون باردًا. ( )
٢٧ ليس من الضروري التأكد من إحكام غلق أوعية الطلاء. ( )
٢٨ الشراب الصناعي هو مزيج من الماء والسكر وعصير الفاكهة الطبيعي. ( )
٢٩ أثناء طلاء الجدران الداخلية يجب غلق النوافذ والأبواب. ( )
٣٠ يجب تخزين الطلاء في الأماكن الحارة للحفاظ عليه فترة أكبر. ( )
٣١ عندما لا نستطيع السيطرة على الحريق بالمنزل يجب الاتصال بخدمة الطوارئ ١٢٩ ( )
٣٢ يمكن استخدام ملابسك في تضميد الجروح المفتوحة. ( )
٣٣ عند إعداد الطعام يجب غسل الخضراوات والفواكه والأسماك في وعاء واحد. ( )
٣٤ يجب تجنُّب استخدام الأدوات البلاستيكية؛ لأنها مضرة للبيئة. ( )
٣٥ يتكوَّن الشراب الطبيعي من الألوان الصناعية ومنكهات الطعم. ( )
٣٦ المشروبات الطبيعية تحتوي على عناصر غذائية قليلة جدًا. ( )
٣٧ ليحصل النقاش على أفضل النتائج أثناء عمله، فإنه يتبع أسلوب «خطوة خطوة». ( )



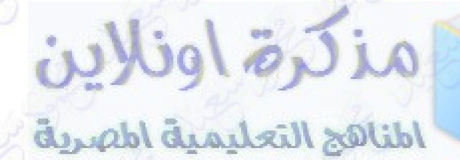
٣٨ من علامات تسرُّب الغاز في الشقة توقُّف الأجهزة الكهربائية عن العمل. ( )
٣٩ لتطهير الحروق والخدوش نضع قدرًا بسيطًا من كريم علاج اللدغات. ( )
٤٠ التحمير بالزيت يجعل الطعام دهنيًّا وغير صحي. ( )
٤١ نستخدم الملاعق المسطحة المصنوعة من السيليكون؛ لأنه لاصق وغير مرن. ( )
٤٢ يُستخدم الكريم المطهر في الإسعافات الأولية لتثبيت الرباط على الجرح. ( )
٤٣ يجب أن تحتوي الوجبة الغذائية المتوازنة على المشروبات المفيدة. ( )
٤٤ ممارسة الرياضة يوميًّا يساعدنا على الحفاظ على صحتنا. ( )
٤٥ تحتوي الوجبة الغذائية المتوازنة على الخضراوات والحبوب. ( )
٤٦ للحفاظ على صحتك يجب تناول أطعمة مليئة بالدهون. ( )
٤٧ من أمثلة الأطعمة الصحية الحلويات والأطعمة المقلية بالزيت. ( )
٤٨ يساعدنا شرب ٨ أكواب من الماء النظيف يوميًّا على التخلص من السموم. ( )
٤٩ ليكون يومك صحيًّا يُفضل ممارسة الرياضة لمدة ساعة. ( )
٥٠ تعتبر الدهون من مصادر الحصول على الطاقة. ( )
٥١ يحتاج الجسم إلى الأملاح المعدنية لبناء الأنسجة وتجديد ما يتلف منها. ( )
٥٢ توجد الألياف في الحبوب والبقوليات والفواكه. ( )
٥٣ تحتوي المكسرات والزيتون والأسماك على دهون ضارة. ( )
٥٤ يحتاج الجسم إلى الفيتامينات للمحافظة على مناعته ومقاومة الأمراض. ( )
٥٥ نجد الحديد في اللحوم الحمراء والأسماك. ( )
٥٦ للألياف أهمية كبرى في عملية الهضم وضبط مستوى السكر في الدم. ( )
٥٧ يساعد الماء الجسم على التخلص من السموم. ( )
٥٨ يجب علينا تناول الوجبات السريعة للحفاظ على صحتنا. ( )
٥٩ يحتاج الأطفال إلى أطعمة غنية بالعناصر الغذائية. ( )
٦٠ يمكننا جعل أطباقنا صحية أكثر من خلال القيام ببعض التغييرات البسيطة عليها. ( )
٦١ يعتبر الكشري من الوجبات الغنية بالعناصر الغذائية. ( )
٦٢ الأطعمة المقلية صحية أكثر من الأطعمة المشوية. ( )
٦٣ يحتوي النظام الغذائي الصحي للأطفال على الكثير من الدهون. ( )
٦٤ تناول المشروبات الغازية باستمرار مفيد جدًّا لصحة الأطفال. ( )
٦٥ من العادات الغذائية الإيجابية التقليل من كميات السكريات والدهون. ( )
٦٦ تجنب تناول المكسرات واللحوم الخالية من الدهون لتأثيرها السلبي على صحتك ( )
٦٧ البطاطس المقلية من الوجبات الخفيفة الصحية. ( )
٦٨ على الرغم من أضرار الوجبات السريعة، إلا أننا نفضل تناولها. ( )
٦٩ من الأفضل أثناء المناقشة إقناع زملائك برأيك بالقوة. ( )







٧٠ من الأفضل تناول المشروبات الغازية بدلا من المشروبات الطبيعية. ( )
٧١ الذرة المشوية غنية بالألياف والفيتامينات والمعادن. ( )
٧٢ البليلة وحمص الشام من الوجبات السريعة غير الصحية. ( )
٧٣ لتناول وجبات خفيفة صحية نستبدل البطاطس المشوية بالبطاطس المقلية. ( )
٧٤ الوجبات السريعة تحتوي على نسبة مرتفعة من الفيتامينات . ( )
٧٥ يستحسن إبقاء اللحوم والألبان خارج الثلاجة لحين استخدامها. ( )
٧٦ من علامات الفاكهة الطازجة وجودها في حالة لينة وتفوح منها رائحة تخمر. ( )
٧٧ ابقاء اللحوم والالبان لفترة طويلة بالثلاجة لا يؤثر على صلاحيتها . ( )
٧٨ يفسد العديد من الأطعمة إذا لم يتم حفظها بطريقة مناسبة. ( )
٧٩ من أسباب فساد الطعام الكائنات الدقيقة التي تعيش في الهواء. ( )
٨٠ ظهور بقع داكنة على الخضراوات يعد دليل على فسادها. ( )
٨١ ليس من الضروري مسح المناضد قبل إعداد الطعام. ( )
٨٢ من إرشادات الحفاظ على الطعام ربط الشعر أو تغطيته. ( )
٨٣ تفسد اللحوم والدجاج عند تركها خارج الثلاجة لأكثر من ساعة في حرارة مرتفعة . ( )
٨٤ تساعد الحدائق على تقليل تلوث الهواء. ( )
٨٥ تتشابه جميع الحدائق من حيث التصميم. ( )
٨٦ تُعد حديقة أنطونيادس أقدم حديقة عامة في القاهرة. ( )
٨٧ عند تصميم الحدائق يجب مراعاة تواجد أماكن ظل للاسترخاء والتحاور. ( )
٨٨ النباتات الحولية نباتات ستنمو لمدة عام واحد. ( )
٨٩ عند تصميم الحدائق يجب التفكير في الأشخاص المستفيدين منها. ( )
٩٠ يجب أن تُصمم جميع أنواع الحدائق بشكل منظم فقط. ( )
٩١ تختلف الحدائق عن بعضها من حيث الأرصفة والممرات وأشكال وأنواع النبات ( )
٩٢ يعتبر الكَتَّان من أنواع الأقمشة ثقيلة الوزن. ( )
٩٣ الملابس البوليستر ملابس صديقة للبيئة. ( )
٩٤ يجب معالجة بقع الملابس فور حدوثها. ( )
٩٥ العناية بالملابس توفر المال، ولكنها تتسبب في أضرار بيئية. ( )
٩٦ لتوفير الطاقة يُفضّل غسيل الملابس بمياه ساخنة. ( )
٩٧ لتوفير الطاقة تجنَّب استخدام آلة تجفيف الملابس. ( )
٩٨ يتميز الحرير بأنه ناعم وليِّن ومتين. ( )
٩٩ قبل البدء في غسل ملابسك عليك فرزها بحسب لونها ومدى اتساخها. ( )
١٠٠ إعادة تدوير الملابس هو إحدى طرق المساعدة في حماية البيئة. ( )
١٠١ ليس من الضروري اتباع علامات التنظيف الموجودة على ملصقات الملابس. ( )





١٠٢ من الضروري لأي شركة أن يكون لها علامة تجارية تُوضح طبيعة عملها بطريقة مشوقة وواضحة. ( )

١٠٣ من صفات الشعار الجيد معرفة أي شركة يمثلها الشعار بمجرد رؤيته. ( )

١٠٤ من الضروري أن يتضمن الشعار اسم الشركة. ( )

١٠٥ السوق المستهدفة من أهم العوامل الواجب مراعاتها عند تصميم شعار الشركة. ( )

١٠٦ تتضمن العلامة التجارية الناجحة صوَرًا وكلمات ورموزًا للتعبير عن الشركة بشكل فعال. ( )

١٠٧ الشعار هو مجرد صور وكلمات ليس لها معنى. ( )

١٠٨ يعتبر الرمز الذي يوضح النشاط الذي تمارسه الشركة هو شعار الشركة ( )

١٠٩ عند عمل أي تصميم يجب أن يكون بسيطًا ومناسبًا لجميع الفئات. ( )

١١٠ على المصممين أن يفكروا بطريقة مختلفة عن التي يفكر بها المستخدمون. ( )

١١١ مجموعة التركيز تقوم بتجربة المنتجات بعد عرضها في الأسواق. ( )

١١٢ من الضروري اختبار المنتجات قبل عرضها في الأسواق. ( )

١١٣ التسويق الشفهي يقوم به مجموعة من شركات الإعلانات الكبيرة. ( )

١١٤ التسويق الشفهي له مصداقية أكثر عند الناس من الحملات الإعلانية. ( )

١١٥ إعطاء معلومات خاطئة في إعلان ما، يُعد من الأمور غير القانونية. ( )

١١٦ شعار الحملات الإعلانية يجب أن يقتصر على بضع كلمات لا تزيد عن ثلاث . ( )

١١٧ لنجاح إعلانك يجب معرفة كل المستجدات عن منافسيك. ( )

١١٨ ليس من الضروري إعطاء معلومات صادقة وصحيحة في إعلانك. ( )

١١٩ الإعلان الناجح يجب أن يكون جاذبًا لافتا للانتباه ( )

١٢٠ قدرتك على التنافس تمثل فرقًا في مدى نجاح الحملة الإعلانية لمنتجك. ( )

السؤال الثالث أكمل العبارات التالية بالإجابة المناسبة من بين الأقواس





(الطبيعي - خطوة خطوة - الطلاء غير اللاصق - داكنًا - بيكربونات الصوديوم - الصناعي)

١ يبدو لون الشراب .... عند صناعته بسكر غير نظيف.

٢ يتَّبع النقاشون المحترفون أسلوب .... أثناء العمل .

٣ الشراب .... غنى بالفيتامينات والاملاح المعدنية ؛ لأنه يحتوي على الفاكهة.

٤ في حالة اندلاع حريق أثناء الطهي يجب إطفاء الحريق باستخدام ....

٥ من عيوب الأواني ذات .... أنها قد تكون سامة عند الخدش.



٢

(مطهر - قليلة - سعرها رخيص - ١٨٠ - يقلل - ١٢٣ - مغادرة المنزل)

١ عند اندلاع حريق بالمنزل علينا الاتصال بـ ....

٢ تتميَّز المقلاة المصنوعة من الألومنيوم بألوانها المختلفة و ....

٣ الإفراط في طهي الطعام .... من العناصر الغذائية المتوفرة فيه.

٤ نضع كريم .... لتطهير الحروق والخدوش.

٥ الشراب الصناعي يحتوي على عناصر غذائية ....

٦ إذا شممت رائحة غاز بالمنزل يجب القيام بـ ....

٣

(الطبيعي - شاش معقم - لون الطلاء - الصناعي - مفتوحة - السيليكون - الحرارة)

١ الشراب .... يحتوي على نسبة عالية من السكر مقارنة بالشراب الطبيعي.

٢ لتجنُّب خطر اندلاع حريق يجب تخزين الطلاء بعيدًا عن ....

٣ نستخدم .... لمعالجة الجروح المفتوحة.

٤ اختيار .... يحدث فرقًا كبيرًا في شكل الغرفة.

٥ يُفضل شراء الملاعق المصنوعة من .... لأنه مرن وغير لاصق.

٦ أثناء الطلاء يجب ترك النوافذ والأبواب ....

٤

(A - فورًا - قابل للتصديق - الخضروات - عام - الصحية - ثلاثة أعوام - G)

١ من مميزات الإعلان الناجح والجيد أن يكون ....

٢ من أهم أنواع الطعام لتكوين وجبة غذائية متوازنة ....

٣ عند ظهور بقع على الملابس يجب معالجتها ....

٤ .... يحتوي السمك على فيتامين

٥ النباتات الحولية تنمو لمدة ....

٦ الأسماك والبيض والبقوليات من الأطعمة .... المفيدة للجسم.

٥

(الشفهي - الأطعمة المقلية - الرياضة - شعار الشركة - الدم)

١ يجب ممارسة .... يوميًّا للحفاظ على صحتنا.

٢ .... هو رمز يُوضح للعملاء النشاط الذي تمارسه الشركة.

٣ التسويق .... يقوم به مجموعة من العملاء الذين قاموا بتجريب المنتج واقتنعوا به

٤ الحديد عنصر مهم لـ ....

٥ من العادات الغذائية السلبية تناول كميات كبيرة من ....







(الفيتامينات - ثاني أكسيد الكربون - الفساد - البليلة - البكتيريا - خفيفة الوزن)

١ ترك الطعام على المنضدة فترة طويلة يعرضه لـ ....

٢ السبب الرئيسي في فساد الأطعمة ....

٣ من الوجبات الخفيفة الصحية ....

٤ المساحات الخضراء تمتص ....

٥ يحتاج الجسم إلى .... لمساعدته على مقاومة الأمراض.

٦ يتميز قماش الكَتَّان بأنه ....

٧

(الثلاجة - الالياف - ٨ - شعار - الدهون - ٥)

١ يجب وضع الطعام غير المستخدم في ....

٢ تحتوي الوجبات السريعة على كميات كبيرة من ....

٣ .... مهمة لعملية الهضم وضبط مستوى السكر في الدم

٤ من الأمور الواجب مراعاتها لضمان نجاح حملتك الإعلانية ابتكار ....

٥ شرب .... أكواب يوميًا يساعد على طرد السموم من الجسم.

السؤال الرابع أجب عن الاسئلة الأتية

١ لماذا يتم تسخين الشراب جيدًا قبل تصنيعه؟

....

٢ لماذا يجب تخزين الطلاء بعيدًا عن مصادر الحرارة؟

....

٣ لماذا يجب علينا عدم الإفراط في طهي الخضراوات؟

....

٤ اكتب ثلاثة من العناصر الأساسية التي يجب أن تتضمنها حقيبة الإسعافات الأولية؟

....

٥ اذكر بعض الطرق الصحية لطهي اللحوم.

....

٦ لماذا يجب تجنُّب شراء أدوات المطبخ البلاستيكية؟

....

٧ لماذا يُفضل الشراب الطبيعي عن الشراب الصناعي؟

....

٨ لماذا نترك النوافذ مفتوحة أثناء طلاء جدران الغرفة؟

....

٩ كيف تتصرَّف في حالة إصابة أحد الأشخاص في حادث بإصابات خطيرة؟

....

١٠ لماذا يعد الألومنيوم مصدر خطر في صناعة الأواني؟

....

١١ ما الأمور الواجب توافرها لضمان نجاح إعلان؟

....

١٢ اذكر أمثلة لأنواع الطعام المكوِنة للوجبة الغذائية المتوازنة.

....

١٣ اذكر ثلاثة من مبادئ التصميم الجيد.

....

١٤ ما الفائدة من وضع مخطط مسبق لوجباتنا الغذائية؟

....

١٥ ما أهمية العلامة التجارية؟

....

١٦ ما أهمية الألياف للجسم؟

....

١٧ اذكر بعض احتياجات الأشخاص المستفيدين من الحديقة للاستمتاع بها.

....

١٨ اذكر نوعين من الكربوهيدرات ؟

....

١٩ اذكر واحدة من إرشادات الحفاظ على الأطعمة؟

....

٢٠ ما هي صفات الإعلان الجيد؟

....

٢١ لماذا تعتبر الوجبات السريعة من الأطعمة غير الصحية؟

....

٢٢ لماذا تُعد الوجبات السريعة مضرة؟

....

٢٣ كيف نحافظ على الطعام من التلف والفساد؟

....

٢٤ كم عدد الأكواب التي يجب أن نتناولها يوميًّا؟

....

٢٥ ما هي أهمية الحدائق والمتنزهات؟

....

٢٦ ما أهمية البروتينات؟

....

٢٧ وضّح الفرق بين النباتات الحولية والمعمرة.

....

٢٨ اذكر أهمية الإعلانات ؟

....

٢٩ اذكر الطريقة المناسبة لمعالجة بقع الملابس.

....

٣٠ اكتب اثنين من مصادر الأقمشة الصديقة للبيئة.

....

٣١ اذكر بعض العوامل التي يجب مراعاتها عند التخطيط لإنشاء علامة تجارية.

....

٣٢ كيف يمكن أن نجعل الوجبات السريعة صحية أكثر؟

....

٣٣ لماذا يُعد التصميم مهمًّا؟

....

٣٤ يحتاج الأطفال إلى تناول وجبات متوازنة. اذكر واحدة منها.

....

انتهت الأسئلة مع أطيب الامنيات بالنجاح والتوفيق

الصف الرابع الابتدائي ٢٠٢٣

مراجعة + بنك أسئلة

المتميز

أ/ محمود سعيد

الاجابات النموذجية لبنك أسئلة

المهارات المهنية

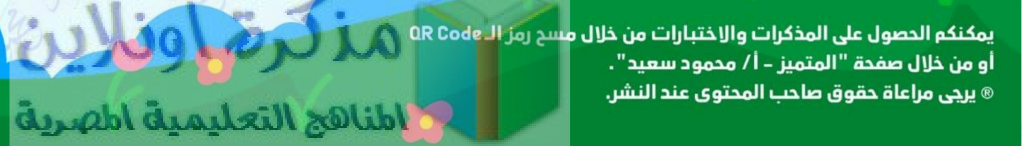
الفصل الدراسي الثاني



اعداد

أ / محمود سعيد أ / منى عزام





بنك أسئلة المتميز في مادة «المهارات المهنية»

على مقررات الفصل الدراسي الثاني

السؤال الأول — اختر الإجابة الصحيحة

١ احرص عند إعداد الشراب الصناعي على إضافة السكر عندما يكون الشراب ....

أ) باردا ب) دافئا ج) **ساخنا**

٢ يمكنك حماية عينيك أثناء مشروع طلاء غرفة من خلال ارتداء ....

أ) قفازات مطاطية ب) **نظارات الأمان** ج) قناع الغبار

٣ يحتوي الشراب الصناعي على كمية ....من العناصر الغذائية.

أ) **قليلة** ب) متوسطة ج) كبيرة

٤ من الأدوات التي يحتاج إليها النقاشون ....

أ) الأزاميل ب) **فرش الطلاء** ج) مفاتيح الربط

٥ الأواني المصنوعة من ....خفيفة الوزن وتدوم لفترات طويلة.

أ) الألومنيوم ب) البلاستيك ج) **الإستانلس**

٦ من خطوات الحفاظ على السلامة في حالة اندلاع حريق أثناء الطهي ....

أ) استخدام غطاء المقلاة لإخماد النار ب) استخدام طفاية الحريق ج) **أ ، ب معاً**

٧ أواني الطهي المصنوعة من............تتفاعل مع الأطعمة الحمضية.

أ) السيليكون ب) الإستانلس ج) **الألومنيوم**

٨ إذا وضعت يدك المبللة على سلك غير معزول ستتعرض لـ..........................

أ) حريق باليد ب) **الصعق الكهربي** ج) لا شيء مما سبق

٩ يجب تجنُّب شراء الأدوات .... لأنها تذوب إذا تُركت في إناء ساخن.

أ) **البلاستيكية** ب) المعدنية ج) النحاسية

١٠ في حالة اندلاع حريق في المنزل يجب أن..........................

أ) تُغلَق مفاتيح البوتاجاز ب) تُستخدم طفاية الحريق ج) **أ ، ب معاً**

١١ يجب توجيه مقابض الأواني ....طرف البوتاجاز.

أ) قريبا من ب) **بعيدا عن** ج) بمحاذاة

١٢ في حالة إذا شممت رائحة غاز في المنزل يجب ....
أ الابتعاد عن الكهرباء ب الانتظار في المنزل ج مغادرة المنزل والاتصال ١٢٩

١٣ يُستخدم الكريم المطهر في.........................
أ تثبيت الرباط ب لف الالتواءات ج تطهير الجروح

١٤ لا تتفاعل الأواني المصنوعة من .... مع الأطعمة الحمضية.
أ الألومنيوم ب النحاس ج الإستانلس

١٥ ليس من الآمن مساعدة الأشخاص المصابين بـ.........................
أ حروق خطيرة ب الخدوش البسيطة ج الجروح البسيطة

١٦ الأواني .... قد تكون سامة عند خدشها.
أ ذات الطلاء غير اللاصق ب الإستانلس ج الألومنيوم

١٧ يمكن الحفاظ على الطعام في الثلاجة عند انقطاع التيار الكهربي لأيام عن طريق......................
أ عدم فتح الثلاجة للحفاظ على برودة الطعام ب إخراج الأطعمة لخارج الثلاجة ج إضافة بيكربونات الصوديوم للأطعمة

١٨ يتم إضافة مواد حافظة للشراب الصناعي؛ لحمايته من.......................
أ البكتيريا ب السكريات ج الدهون

١٩ لإخماد الحريق الناتج عن الزيت يجب سكب .... لإخمادها.
أ الماء ب بيكربونات الصوديوم ج الزيوت

٢٠ المشروبات ....غنية بالفيتامينات؛ لأنها تحتوي على الفاكهة .
أ الغازية ب الصناعية ج الطبيعية

٢١ في حالة تسرُّب الغاز بالمنزل يجب ....
أ مغادرة المنزل فورًا ب الاتصال بفريق الإطفاء ج الاتصال بالإسعاف

٢٢ من مميزات الملاعق .... أنها لا تجمع البكتيريا ولا تمتص الروائح.
أ البلاستيكية ب الفولاذية ج الورقية

٢٣ يمكن أن تنشب حرائق الكهرباء بسبب ....
أ إيصال عدة أجهزة إلكترونية في مشترك واحد ب عدم إصلاح الأسلاك التالفة بالمنزل ج أ ، ب معاً

٢٤ الضمادات اللاصقة تُستخدم لـ........................
أ لف الالتواءات ب تخفيف الآلام ج لمعالجة الجروح



٢٥ لتجنُّب وقوع حريق أثناء الطلاء يجب ....

أ) تخزين الطلاء بعيدًا عن الحرارة   ب) ارتداء القفازات المطاطية   ج) وضع سلم الطلاء على سطح مستو

٢٦ في حالة إصابتك بلدغة حشرة يمكنك وضع .... على مكان الإصابة.

أ) كريم علاج اللدغات   ب) كريم مطهر   ج) المقص

٢٧ من احتياطات السلامة التي يتخذها النقاشون أثناء الطلاء ....

أ) استخدام سلم درجاته ودعاماته مثبتة جيدًا   ب) ارتداء القفازات المطاطية وقناع الغبار   ج) أ ، ب معاً

٢٨ إذا رأيت الدخان يتصاعد من إحدى شقق الجيران عليك الاتصال بـــ......................

أ) فريق الإسعاف   ب) فريق الإطفاء   ج) طوارئ الغاز

٢٩ إحدى خطوات الحفاظ على السلامة في المنزل لتجنب وقوع المخاطر......................

أ) التأكد من غلق مفاتيح البوتاجاز   ب) إيصال أكثر من جهاز بمشترك واحد   ج) التعامل مع الكهرباء ويدك مبللة.

٣٠ أُولى خطوات طلاء غرفة بسلامة وأمان ....

أ) تحديد مواد وأدوات الطلاء   ب) التأكد من غلق أوعية الطلاء   ج) ارتداء القفازات المطاطية

٣١ لمعالجة مشكلة لون الشراب الداكن عليك استخدام ....نظيف ومُصفى.

أ) سكر   ب) ملح   ج) خل

٣٢ من مميزات المقلاة المصنوعة من الألومنيوم أن ....

أ) ثمنها غال   ب) لونها واحد   ج) ثمنها رخيص

٣٣ نستخدم ....لقطع الملابس ومنعها من ملامسة الجروح.

أ) الشريط اللاصق   ب) الرباط الطبي   ج) المقص

٣٤ يتم إقناع العملاء بمصداقية الإعلان عن طريق التسويق......................

أ) الشفهي   ب) الجيد   ج) المبتكر

٣٥ شرب ٨ أكواب من الماء يوميًّا يساعد على طرد .... من الجسم

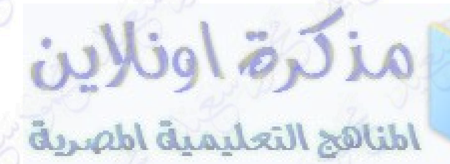
أ) الفيتامينات   ب) السموم   ج) الكربوهيدرات

٣٦ تساعد الإعلانات بشكل عام على......................

أ) نقل معلومات المنتج   ب) جذب عدد عملاء أكثر   ج) أ ، ب معًا

٣٧ الوجبات .... يتم تناولها عند الشعور بالجوع بين الوجبات.

أ) الدهنية   ب) الغذائية   ج) الخفيفة





٣٨ يجب أن يفكر المصمم بنفس طريقة ....

أ صاحب العمل ب **المستخدم** ج مجموعة التركيز

٣٩ .... من الاملاح المعدنية الضرورية للمحافظة على صحة العظام والأسنان.

أ **الكالسيوم** ب الفوسفور ج الحديد

٤٠ من عناصر التصميم الحجم والتركيب و ....

أ الصور ب **اللون** ج العلامة التجارية

٤١ فيتامين ....يوجد في البيض والسمك، ويساعد على تقوية النظر.

أ B ب **A** ج C

٤٢ تعبر .... عن هوية الشركة.

أ الرمز ب الشعار ج **العلامة التجارية**

٤٣ الوجبات............ تحتوي على كميات كبيرة من الدهون.

أ المشوية ب المسلوقة ج **السريعة**

٤٤ يمكن صناعة الملابس من مصادر مضرة للبيئة مثل ....

أ الأغنام ب **البترول** ج الكَتَّان

٤٥ كل مما يأتي من الأطعمة المناسبة للأطفال ما عدا..........

أ **الوجبات السريعة** ب الخضراوات ج الحبوب الكاملة

٤٦ حديقة أنطونيادس من أقدم الحدائق في محافظة ....

أ **الإسكندرية** ب مرسى مطروح ج الفيوم

٤٧ نسبة الفيتامينات في الوجبات السريعة ....

أ مرتفعة ب كثيفة ج **منخفضة**

٤٨ كلا مما يلى من علامات فساد الفواكه والخضراوات ما عدا..........

أ بقع داكنة ب رائحة تخمر ج **متماسكة وطازجة**

٤٩ كل مما يلي من الوجبات الخفيفة الصحية ما عدا ....

أ الترمس ب البليلة ج **البطاطس المقلية**

٥٠ السبب الرئيسي في فساد الطعام هو..........

أ الخل ب **البكتريا والعفن** ج الماء

٥١ الطعام قد..........اذا تُرك لفترة طويلة داخل الثلاجة .

أ يقل ب ينضج ج **يتعفن**

٥٢ يمكن إضافة القليل من .... لرفع القيمة الغذائية للطعام «المحشي».

أ الدهون ب الملح ج اللحم المفروم

٥٣ ان لم يتم حفظ الطعام جيدًا فقد يكون من ....تناوله .

أ الإيجابي ب الافضل ج الخطير

٥٤ لبناء الأنسجة وتجديد ما يتلف منها تحتاج أجسامنا إلى......................

أ البروتينات ب الفيتامينات ج الدهون

٥٥ للحفاظ على الطعام أطول فترة ممكنة يُفضل تركه في.......................

أ الفرن ب الثلاجة ج المطبخ

٥٦ .... يوجد في اللحوم الحمراء، ويعتبر عنصرًا مهمًّ ا للدم .

أ الألياف ب الحديد ج الكالسيوم

٥٧ من الأمور الواجب مراعاتها عند تصميم الحدائق ....

أ الأشخاص المستفيدون ب أشكال وألوان أوراق النبات ج أ، ب معًا

٥٨ نحتاج إلى ....للحفاظ على صحة العظام والأسنان.

أ السموم ب الصوديوم ج الكالسيوم

٥٩ تتيح المتنزهات والحدائق مجالً لـ ....

أ المرح والتعلُّم ب تأمّل الطبيعة ج أ، ب معًا

٦٠ للبقاء في صحة جيدة تحتاج ممارسة الرياضة لمدة .... يوميا

أ ساعة ب ساعتين ج ثلاث ساعات

٦١ يُفضّل ارتداء الملابس المصنوعة من القطن؛ لأنها ....

أ رخيصة الثمن ب متينة ويمكن غسلها ج ثقيلة في الوزن

٦٢ يجب أن تحتوي الوجبة الغذائية المتوازنة على ....

أ الخضراوات ب الحبوب ج أ ، ب معًا

٦٣ .... الملابس يجعلها أكثر أناقة .

أ تخزين ب اتساخ ج كي

٦٤ من الصفات الواجب توافرها في الإعلان ....

أ المصداقية والقدرة على الإقناع ب يحتوي على جمل طويلة ج لا يبرز العلامة التجارية للشركة

٦٥ مصدر قماش الحرير ....

أ دودة القز ب الأغنام ج البترول

٦٦ من الأمور الواجب اتباعها لضمان حملة إعلانية ناجحة ....

أ المصداقية ب القدرة على التنافس ج **أ ، ب معًا**

٦٧ العلامات التجارية الناجحة تستخدم .... للتعبير عنها بشكل فعال.

أ الكلمات فقط ب الرموز فقط ج **أ، ب معا**

٦٨ من مبادئ التصميم الجيد أن يكون ....

أ معقدا ب مشتتا ج **بسيطا**

٦٩ قد لا يتضمن شعار الشركة الاسم الخاص بها اذا كان اسم الشركة ....

أ **طويلا** ب صعبا ج قصيرا

٧٠ قماش الصوف مصدره ....

أ دودة القز ب **الأغنام** ج البترول

٧١ مجموعة .... تقوم بتجربة المنتجات قبل عرضها في الأسواق.

أ الدعم ب **التركيز** ج البحث

٧٢ العناية بالملابس تساعد على توفير ....

أ المسحوق ب **المال** ج الكهرباء

٧٣ يُفضَّل تصميم المنتج بشكل يضمن إعادة استخدامه حتى لا يؤثر سلبيًا على ....

أ السوق ب الأسعار ج **كوكب الأرض**

٧٤ كل مما يلي من إرشادات المحافظة على الطعام ما عدا ....

أ غسل الطعام ب تنظيف الأسطح ج **ترك الطعام خارج الثلاجة**

٧٥ التسويق .... يقوم به مجموعة من العملاء الذين جربوا المنتج واقتنعوا به.

أ **الشفهي** ب بالعمولة ج بالحملات الإعلانية

٧٦ تنمو الكائنات الدقيقة مثل البكتيريا والعفن في ظروف بيئية ....

أ متجمدة ب **دافئة رطبة** ج ساخنة جدا

٧٧ إعطاء معلومات خطأ في الإعلان يُعتبر من الأشياء غير ....

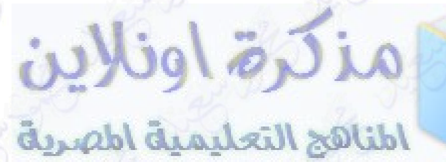
أ الفنية ب **القانونية** ج اللائقة

٧٨ يحتوي الترمس على نسبة عالية من ....

أ **البروتين** ب الدهون ج الاملاح

٧٩ الأطعمة.............. تحتوي على كمية كبيرة من الفيتامينات والمعادن.

أ المقلية ب **الصحية** ج الفاسدة





٨٠ تتوفر .... بشكل طبيعي في الفواكه والعسل.
أ الألياف ب السكريات ج الاملاح المعدنية

٨١ كل مما يلي من الأغذية الصحية ما عدا ....
أ الفاكهة ب الخضراوات ج الأطعمة الدهنية

٨٢ .... هو عبارة عن رمز يُوضح للعملاء النشاط الذي تقوم به الشركة .
أ شعار الشركة ب العلامة التجارية ج عنوان الشركة

٨٣ شراء كمية أقل من الملابس يعني استخدام .... للموارد.
أ أكثر ب مضاعف ج أقل

٨٤ وجود الحدائق يساعد على ....
أ تنقية الهواء ب استمتاع الكبار والأطفال ج أ، ب معًا

٨٥ النباتات .... تنمو خلال عام فقط داخل الحدائق.
أ الحولية ب المعمرة ج الزينة

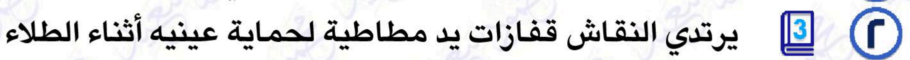
٨٦ يمكن استبدال الوجبات السريعة بوجبات خفيفة صحية مثل..........................
أ البطاطس المقلية ب المشروبات الغازية ج الذرة المشوية

٨٧ تحتوي الوجبات السريعة على كميات كبيرة من......................
أ الفيتامينات ب المعادن ج الملح

٨٨ من أمثلة الأطعمة .... الوجبات التي تحتوي على قدر كبير من السكر والدهون.
أ المسلوقة ب غير الصحية ج المشوية

٨٩ يُعتبر الأرز والبطاطس من........................
أ الماء ب الفيتامينات ج النشويات

٩٠ تتغذى البكتيريا والعفن على .... والعناصر الغذائية الأخرى .
أ الدهون ب الاملاح ج السكريات



السؤال الثاني

ضع علامة (√) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (×) أمام العبارة الغير صحيحة

١ يتم إضافة المواد الحافظة للشراب الصناعي؛ لحمايته من العفن والبكتيريا. ✓
٢ يرتدي النقاش قفازات يد مطاطية لحماية عينيه أثناء الطلاء ✗
٣ الشراب الصناعي غني بالفيتامينات؛ لأنه يحتوي على الفاكهة. ✗
٤ من الأدوات اللازمة لطلاء الغرف فُرَش الطلاء وبكرة الدهان. ✓
٥ عند الطهي يجب أن تكون مقابض الأواني بعيدة عن طرف البوتاجاز. ✓

٦ أولى خطوات طلاء غرفة هو تحديد الأدوات والمواد الخاصة بالطلاء. 

٧ تتميَّز الأواني المصنوعة من الإستانلس بسعرها الرخيص.

٨ في حالة اندلاع حريق كهربي يجب فصل التيار الكهربي عن المنزل مباشرة. 

٩ لا يُفضل استخدام الملاعق الفولاذية؛ لأنها معرضة للصدأ وتمتص الروائح. 

١٠ يمكننا إخماد الحرائق الناتجة عن الزيت بواسطة الماء. 

١١ من احتياطات السلامة تقطيع الطعام بعيدًا عن اليد. 

١٢ في حالة تسرُّب غاز لا يجب أن تضيء أي مصباح كهربي؛ لتجنب حدوث حريق. 

١٣ الإفراط في طهي الطعام يحافظ على عناصره الغذائية.

١٤ تُستخدم الضمادات اللاصقة في معالجة الجروح والخدوش الصغيرة. 

١٥ يمكننا استخدام ميزان الحرارة للتحقق من أن الدجاج قد تم طهيه جيدًا. 

١٦ يُفضّل غسل اليدين جيدًا قبل قيامك بإعداد الطعام.

١٧ استخدام الإسعافات الأولية في حالات الحروق والكسور أمر ضروري. 

١٨ من مميزات الملاعق السيليكون أنها لا تخدش الأواني 

١٩ من الممكن استخدام الرباط الطبي في لف الالتواءات وتثبيتها. 

٢٠ من عيوب المقلاة المصنوعة من الألومنيوم تفاعلها مع الأطعمة الحمضية.

٢١ من خطوات السلامة التأكد من إغلاق مفاتيح البوتاجاز بعد انتهاء الطهي. 

٢٢ من عيوب الأواني ذات الطلاء غير اللاصق أنها قد تكون سامة عند الخدش. 

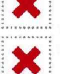
٢٣ يجب الابتعاد عن أسلاك الكهرباء عندما تكون اليد مبتلة حتى لا نتعرض للصعق الكهربي.

٢٤ يُفضل استعمال الأواني ذات الطلاء غير اللاصق حتى لا يلتصق الطعام بها. 

٢٥ لون طلاء الغرف لا يُشكل فرقًا كبيرًا في شكل الغرفة. 

٢٦ عند إعداد العصير يُفضل إضافة السكر إلى السائل عندما يكون باردًا. 

٢٧ ليس من الضروري التأكد من إحكام غلق أوعية الطلاء. 

٢٨ الشراب الصناعي هو مزيج من الماء والسكر وعصير الفاكهة الطبيعي. 

٢٩ أثناء طلاء الجدران الداخلية يجب غلق النوافذ والأبواب. 

٣٠ يجب تخزين الطلاء في الأماكن الحارة للحفاظ عليه فترة أكبر. 

٣١ عندما لا نستطيع السيطرة على الحريق بالمنزل يجب الاتصال بخدمة الطوارئ ١٢٩

٣٢ يمكن استخدام ملابسك في تضميد الجروح المفتوحة. 

٣٣ عند إعداد الطعام يجب غسل الخضراوات والفواكه والأسماك في وعاء واحد. 

٣٤ يجب تجنُّب استخدام الأدوات البلاستيكية؛ لأنها مضرة للبيئة.

٣٥ يتكوَّن الشراب الطبيعي من الألوان الصناعية ومنكهات الطعم. 

٣٦ المشروبات الطبيعية تحتوي على عناصر غذائية قليلة جدًا. 

٣٧ ليحصل النقاش على أفضل النتائج أثناء عمله، فإنه يتبع أسلوب «خطوة خطوة».

٣٨ من علامات تسرُّب الغاز في الشقة توقُّف الأجهزة الكهربائية عن العمل. ✗ 

٣٩ لتطهير الحروق والخدوش نضع قدرًا بسيطًا من كريم علاج اللدغات. ✗ 

٤٠ التحمير بالزيت يجعل الطعام دهنيًّا وغير صحي. ✓ 

٤١ نستخدم الملاعق المسطحة المصنوعة من السيليكون؛ لأنه لاصق وغير مرن. ✗ 

٤٢ يُستخدم الكريم المطهر في الإسعافات الأولية لتثبيت الرباط على الجرح. ✗ 

٤٣ يجب أن تحتوي الوجبة الغذائية المتوازنة على المشروبات المفيدة. ✓

٤٤ ممارسة الرياضة يوميًّا يساعدنا على الحفاظ على صحتنا. ✓ 

٤٥ تحتوي الوجبة الغذائية المتوازنة على الخضراوات والحبوب. ✓

٤٦ للحفاظ على صحتك يجب تناول أطعمة مليئة بالدهون. ✗ 

٤٧ من أمثلة الأطعمة الصحية الحلويات والأطعمة المقلية بالزيت. ✗

٤٨ يساعدنا شرب ٨ أكواب من الماء النظيف يوميًّا على التخلص من السموم. ✓ 

٤٩ ليكون يومك صحيًّا يُفضل ممارسة الرياضة لمدة ساعة. ✓

٥٠ تعتبر الدهون من مصادر الحصول على الطاقة. ✓

٥١ يحتاج الجسم إلى الأملاح المعدنية لبناء الأنسجة وتجديد ما يتلف منها. ✗ 

٥٢ توجد الألياف في الحبوب والبقوليات والفواكه. ✓ 

٥٣ تحتوي المكسرات والزيتون والأسماك على دهون ضارة. ✗

٥٤ يحتاج الجسم إلى الفيتامينات للمحافظة على مناعته ومقاومة الأمراض. ✓ 

٥٥ نجد الحديد في اللحوم الحمراء والأسماك. ✓

٥٦ للألياف أهمية كبرى في عملية الهضم وضبط مستوى السكر في الدم. ✓ 

٥٧ يساعد الماء الجسم على التخلص من السموم. ✓

٥٨ يجب علينا تناول الوجبات السريعة للحفاظ على صحتنا. ✗

٥٩ يحتاج الأطفال إلى أطعمة غنية بالعناصر الغذائية. ✓ 

٦٠ يمكننا جعل أطباقنا صحية أكثر من خلال القيام ببعض التغييرات البسيطة عليها. ✓

٦١ يعتبر الكشري من الوجبات الغنية بالعناصر الغذائية. ✓ 

٦٢ الأطعمة المقلية صحية أكثر من الأطعمة المشوية. ✗

٦٣ يحتوي النظام الغذائي الصحي للأطفال على الكثير من الدهون. ✗

٦٤ تناول المشروبات الغازية باستمرار مفيد جدًّا لصحة الأطفال. ✗

٦٥ من العادات الغذائية الإيجابية التقليل من كميات السكريات والدهون. ✓ 

٦٦ تجنب تناول المكسرات واللحوم الخالية من الدهون لتأثيرها السلبي على صحتك ✗ 

٦٧ البطاطس المقلية من الوجبات الخفيفة الصحية. ✗

٦٨ على الرغم من أضرار الوجبات السريعة، إلا أننا نفضل تناولها. ✓

٦٩ من الأفضل أثناء المناقشة إقناع زملائك برأيك بالقوة. ✗
٧٠ من الأفضل تناول المشروبات الغازية بدلا من المشروبات الطبيعية. ✗
٧١ الذرة المشوية غنية بالألياف والفيتامينات والمعادن. ✓
٧٢ البليلة وحمص الشام من الوجبات السريعة غير الصحية. ✗
٧٣ لتناول وجبات خفيفة صحية نستبدل البطاطس المشوية بالبطاطس المقلية. ✗
٧٤ الوجبات السريعة تحتوي على نسبة مرتفعة من الفيتامينات . ✗
٧٥ يستحسن إبقاء اللحوم والألبان خارج الثلاجة لحين استخدامها. ✗
٧٦ من علامات الفاكهة الطازجة وجودها في حالة لينة وتفوح منها رائحة تخمر. ✗
٧٧ ابقاء اللحوم والالبان لفترة طويلة بالثلاجة لا يؤثر على صلاحيتها . ✗
٧٨ يفسد العديد من الأطعمة إذا لم يتم حفظها بطريقة مناسبة. ✓
٧٩ من أسباب فساد الطعام الكائنات الدقيقة التي تعيش في الهواء. ✓
٨٠ ظهور بقع داكنة على الخضراوات يعد دليل على فسادها. ✓
٨١ ليس من الضروري مسح المناضد قبل إعداد الطعام. ✗
٨٢ من إرشادات الحفاظ على الطعام ربط الشعر أو تغطيته. ✓
٨٣ تفسد اللحوم والدجاج عند تركها خارج الثلاجة لأكثر من ساعة في حرارة مرتفعة . ✓
٨٤ تساعد الحدائق على تقليل تلوث الهواء. ✓
٨٥ تتشابه جميع الحدائق من حيث التصميم. ✗
٨٦ تُعد حديقة أنطونيادس أقدم حديقة عامة في القاهرة. ✗
٨٧ عند تصميم الحدائق يجب مراعاة تواجد أماكن ظل للاسترخاء والتحاور. ✓
٨٨ النباتات الحولية نباتات ستنمو لمدة عام واحد. ✓
٨٩ عند تصميم الحدائق يجب التفكير في الأشخاص المستفيدين منها. ✓
٩٠ يجب أن تُصمم جميع أنواع الحدائق بشكل منظم فقط. ✗
٩١ تختلف الحدائق عن بعضها من حيث الأرصفة والممرات وأشكال وأنواع النبات ✓
٩٢ يعتبر الكتّان من أنواع الأقمشة ثقيلة الوزن. ✗
٩٣ الملابس البوليستر ملابس صديقة للبيئة. ✗
٩٤ يجب معالجة بقع الملابس فور حدوثها. ✓
٩٥ العناية بالملابس توفر المال، ولكنها تتسبب في أضرار بيئية. ✗
٩٦ لتوفير الطاقة يُفضّل غسيل الملابس بمياه ساخنة. ✗
٩٧ لتوفير الطاقة تجنَّب استخدام آلة تجفيف الملابس. 
٩٨ يتميز الحرير بأنه ناعم وليِّن ومتين. 
٩٩ قبل البدء في غسل ملابسك عليك فرزها بحسب لونها ومدى اتساخها. 
١٠٠ إعادة تدوير الملابس هو إحدى طرق المساعدة في حماية البيئة. 

١٠١ ليس من الضروري اتباع علامات التنظيف الموجودة على ملصقات الملابس. ✗

١٠٢ من الضروري لأي شركة أن يكون لها علامة تجارية تُوضح طبيعة عملها بطريقة مشوقة وواضحة. ✓

١٠٣ من صفات الشعار الجيد معرفة أي شركة يمثلها الشعار بمجرد رؤيته. ✓

١٠٤ من الضروري أن يتضمن الشعار اسم الشركة. ✗

١٠٥ السوق المستهدفة من أهم العوامل الواجب مراعاتها عند تصميم شعار الشركة. ✓

١٠٦ تتضمن العلامة التجارية الناجحة صوَرًا وكلمات ورموزًا للتعبير عن الشركة بشكل فعال. ✓

١٠٧ الشعار هو مجرد صور وكلمات ليس لها معنى. ✗

١٠٨ يعتبر الرمز الذي يوضح النشاط الذي تمارسه الشركة هو شعار الشركة ✓

١٠٩ عند عمل أي تصميم يجب أن يكون بسيطًا ومناسبًا لجميع الفئات. ✓

١١٠ على المصممين أن يفكروا بطريقة مختلفة عن التي يفكر بها المستخدمون. ✗

١١١ مجموعة التركيز تقوم بتجربة المنتجات بعد عرضها في الأسواق. ✗

١١٢ من الضروري اختبار المنتجات قبل عرضها في الأسواق. ✓

١١٣ التسويق الشفهي يقوم به مجموعة من شركات الإعلانات الكبيرة. ✗

١١٤ التسويق الشفهي له مصداقية أكثر عند الناس من الحملات الإعلانية. ✓

١١٥ إعطاء معلومات خاطئة في إعلان ما، يُعد من الأمور غير القانونية. ✓

١١٦ شعار الحملات الإعلانية يجب أن يقتصر على بضع كلمات لا تزيد عن ثلاث . ✓

١١٧ لنجاح إعلانك يجب معرفة كل المستجدات عن منافسيك. ✓

١١٨ ليس من الضروري إعطاء معلومات صادقة وصحيحة في إعلانك. ✗

١١٩ الإعلان الناجح يجب أن يكون جاذبًا لافتا للانتباه ✓

١٢٠ قدرتك على التنافس تمثل فرقًا في مدى نجاح الحملة الإعلانية لمنتجك. ✓



السؤال الثالث | أكمل العبارات التالية بالإجابة المناسبة من بين الأقواس

١

(الطبيعي - خطوة خطوة - الطلاء غير اللاصق - داكنًا - بيكربونات الصوديوم - الصناعي)

١ يبدو لون الشراب داكنا عند صناعته بسكر غير نظيف.

٢ يتَّبع النقاشون المحترفون أسلوب خطوة خطوة أثناء العمل .

٣ الشراب الطبيعى غنى بالفيتامينات والاملاح المعدنية ؛ لأنه يحتوي على الفاكهة.

٤ في حالة اندلاع حريق أثناء الطهي يجب إطفاء الحريق باستخدام بيكربونات الصوديوم

٥ من عيوب الأواني ذات الطلاء غير اللاصق أنها قد تكون سامة عند الخدش.



(مطهر - قليلة - سعرها رخيص - ١٨٠ - يقلل - ١٢٣ - مغادرة المنزل)

١) عند اندلاع حريق بالمنزل علينا الاتصال بـ ١٨٠
٢) تتميَّز المقلاة المصنوعة من الألومنيوم بألوانها المختلفة و سعرها رخيص
٣) الإفراط في طهي الطعام يقلل من العناصر الغذائية المتوفرة فيه.
٤) نضع كريم مطهر لتطهير الحروق والخدوش.
٥) الشراب الصناعي يحتوي على عناصر غذائية قليلة
٦) إذا شممت رائحة غاز بالمنزل يجب القيام بـ مغادرة المنزل



(الطبيعي - شاش معقم - لون الطلاء - الصناعي - مفتوحة - السيليكون - الحرارة)

١) الشراب الصناعي يحتوي على نسبة عالية من السكر مقارنة بالشراب الطبيعي.
٢) لتجنُّب خطر اندلاع حريق.يجب تخزين الطلاء بعيدًا عن الحرارة
٣) نستخدم شاش معقم لمعالجة الجروح المفتوحة.
٤) اختيار لون الطلاء يحدث فرقًا كبيرًا في شكل الغرفة.
٥) يُفضل شراء الملاعق المصنوعة من السيليكون لأنه مرن وغير لاصق.
٦) أثناء الطلاء يجب ترك النوافذ والأبواب مفتوحة



(A - فورًا - قابل للتصديق - الخضروات - عام - الصحية - ثلاثة أعوام - G)

١) من مميزات الإعلان الناجح والجيد أن يكون قابل للتصديق
٢) من أهم أنواع الطعام لتكوين وجبة غذائية متوازنة الخضروات
٣) عند ظهور بقع على الملابس يجب معالجتها فوراً
٤) يحتوي السمك على فيتامين A .
٥) النباتات الحولية تنمو لمدة عام .
٦) الأسماك والبيض والبقوليات من الأطعمة الصحية المفيدة للجسم.

٥

(الشفهي - الأطعمة المقلية - الرياضة - شعار الشركة - الدم)

١) يجب ممارسة الرياضة يوميًّا للحفاظ على صحتنا.
٢) شعار الشركة هو رمز يُوضح للعملاء النشاط الذي تمارسه الشركة.
٣) التسويق الشفهى يقوم به مجموعة من العملاء الذين قاموا بتجريب المنتج واقتنعوا به
٤) الحديد عنصر مهم لـ الدم
٥) من العادات الغذائية السلبية تناول كميات كبيرة من الاطعمة المقلية




(الفيتامينات - ثاني أكسيد الكربون - الفساد - البليلة - البكتيريا - خفيفة الوزن)

١ ترك الطعام على المنضدة فترة طويلة يعرضه لـ الفساد
٢ السبب الرئيسي في فساد الأطعمة البكتيريا
٣ من الوجبات الخفيفة الصحية البليلة
٤ المساحات الخضراء تمتص ثاني أكسيد الكربون
٥ يحتاج الجسم إلى الفيتامينات لمساعدته على مقاومة الأمراض.
٦ يتميز قماش الكَتَّان بأنه خفيف الوزن



(الثلاجة - الالياف - ٨ - شعار - الدهون - ٥)

١ يجب وضع الطعام غير المستخدم في الثلاجة
٢ تحتوي الوجبات السريعة على كميات كبيرة من الدهون .
٣ الالياف مهمة لعملية الهضم وضبط مستوى السكر في الدم
٤ من الأمور الواجب مراعاتها لضمان نجاح حملتك الإعلانية ابتكار شعار .
٥ شرب ٨ أكواب يوميًا يساعد على طرد السموم من الجسم.

السؤال الرابع أجب عن الاسئلة الأتية

١ لماذا يتم تسخين الشراب جيدًا قبل تصنيعه؟
درجة الحرارة المرتفعة تساعد على القضاء على البكتيريا
٢ لماذا يجب تخزين الطلاء بعيدًا عن مصادر الحرارة؟
لتجنب خطر اندلاع الحريق
٣ لماذا يجب علينا عدم الإفراط في طهي الخضراوات؟
لان الافراط في طهي الخضراوات يقلل من العناصر الغذائية المتوافرة فيها.
٤ اكتب ثلاثة من العناصر الأساسية التي يجب أن تتضمنها حقيبة الإسعافات الأولية؟
الرباط الطبي - كريم مطهر - المقص.
٥ اذكر بعض الطرق الصحية لطهي اللحوم.
الخبز أو الشوي أو التحمير في الفرن.
٦ لماذا يجب تجنُّب شراء أدوات المطبخ البلاستيكية؟
لانها من الممكن أن تذوب إذا تركت في إناء ساخن، كما أنها تضر بالبيئة.
٧ لماذا يُفضل الشراب الطبيعي عن الشراب الصناعي؟
لانه غني بالفيتامينات والاملاح المعدنية.

٨ لماذا نترك النوافذ مفتوحة أثناء طلاء جدران الغرفة؟

لتهوية الغرفة

٩ كيف تتصرَّف في حالة إصابة أحد الأشخاص في حادث بإصابات خطيرة؟

يجب عليك الاتصال بخدمة الاسعاف ١٢٣ على الفور.

١٠ لماذا يعد الألومنيوم مصدر خطر في صناعة الأواني؟

لانه يتفاعل مع الاطعمة الحمضية عند تعرضه إلى درجات حرارة عالية.

١١ ما الأمور الواجب توافرها لضمان نجاح إعلان؟

ابتكار شعار يرمز للعلامة التجارية - القدرة على التنافس - الصدق في الاعلان.

١٢ اذكر أمثلة لأنواع الطعام المكوِنة للوجبة الغذائية المتوازنة.

الخضراوات، الفاكهة، الحبوب الكاملة.

١٣ اذكر ثلاثة من مبادئ التصميم الجيد.

أن يكون سهًل في الاستخدام - يوفر الحل المناسب للعمل المطلوب.- إمكانية إعادة استخدامه.

١٤ ما الفائدة من وضع مخطط مسبق لوجباتنا الغذائية؟

التخطيط المسبق لوجباتنا الغذائية يساعدنا على الحصول على نمط غذائي صحي يوفر للجسم جميع العناصر الغذائية اللازمة.

١٥ العلامة التجارية؟ ما أهمية

تظهر للعملاء طبيعة وأهمية عمل الشركة وهويتها بطريقة واضحة ومشوقة.

١٦ ما أهمية الألياف للجسم؟

مهمة لعملية الهضم وتساعد على ضبط مستوى السكر في الدم.

١٧ اذكر بعض احتياجات الأشخاص المستفيدين من الحديقة للاستمتاع بها.

توفير أماكن جلوس بالقرب من نافورة - وجود أماكن ظل للاسترخاء - توفير مقاعد للجلوس لقراءة الكتب.

١٨ اذكر نوعين من الكربوهيدرات ؟

السكريات والنشويات.

١٩ اذكر واحدة من إرشادات الحفاظ على الأطعمة؟

إبقاء الطعام في الثلاجة ، غسل اليدين باستمرار بالماء والصابون .

٢٠ ما هي صفات الإعلان الجيد؟

قابل للتصديق - مميز وفريد ولا ينسى.

٢١ لماذا تعتبر الوجبات السريعة من الأطعمة غير الصحية؟

لانها تحتوي على كميات كبيرة من الملح والدهون.

٢٢ لماذا تُعد الوجبات السريعة مضرة؟

لانها تحتوي على كمية كبيرة من السكر والملح والدهون



٢٣ كيف نحافظ على الطعام من التلف والفساد؟

عن طريق حفظه جيدا في بيئة باردة الثلاجة.

٢٤ كم عدد الأكواب التي يجب أن نتناولها يوميًّا؟

٨ أكواب

٢٥ ما هي أهمية الحدائق والمتنزهات؟

تتيح المتنزهات والحدائق مجاًل للمرح والتعلم، ً وهي أيضا مفيدة للبيئة حيث تمتص غاز ثاني أكسيد الكربون من الهواء.

٢٦ ما أهمية البروتينات؟

تعمل على بناء الأنسجة وتجديد ما يتلف منها.

٢٧ وضّح الفرق بين النباتات الحولية والمعمرة.

(نباتات حولية) أزهار ونباتات تنمو خلال عام فقط، (نباتات مزهرة معمرة) ستبقى أكثر من عام.

٢٨ اذكر أهمية الإعلانات ؟

تساعد على تذكر العميل للمنتج والعلامة التجارية ، تعمل على إعلام الناس وتثقيفهم وإقناعهم .

٢٩ اذكر الطريقة المناسبة لمعالجة بقع الملابس.

عندما تجد بقعة على قطعة من ملابسك، يجب معالجتها فور حدوثها وقبل أن يتم غسلها.

٣٠ اكتب اثنين من مصادر الأقمشة الصديقة للبيئة.

دودة القز – الاغنام.

٣١ اذكر بعض العوامل التي يجب مراعاتها عند التخطيط لإنشاء علامة تجارية.

الرؤية التي تهدف الشركة إلى تحقيقها – القيَم المهمة بالنسبة إلى الشركة – معرفة السبب الذي يجعل الناس تتعامل تجاريًّا مع شركة ما.

٣٢ كيف يمكن أن نجعل الوجبات السريعة صحية أكثر؟

عن طريق طهي الوجبات مشوية بدًل من مقلية، والأعتماد على العصائر الطبيعية بدًل من المشروبات الغازية

٣٣ لماذا يُعد التصميم مهمًّا؟

لأنه يجعل استخدام الاشياء سهًل

٣٤ يحتاج الأطفال إلى تناول وجبات متوازنة. اذكر واحدة منها.

الكشري أو الملوخية نظرا لاحتوائها على العديد من العناصر الغذائية.

تم بحمد الله ،

بسم الله الرحمن الرحيم " إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ إِنَّا لَا نُضِيعُ أَجْرَ مَنْ أَحْسَنَ عَمَلًا " صدق الله العظيم

